



SANTISIMA TRINIDAD - ENERO 2019



Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

A

Friday
Viernes



FELIZ AÑO 2019

LUNES

MARTES 8

MIÉRCOLES 9

JUEVES 10

VIERNES 11

Pure de verduras
Escalopines con patatas
Fruta

Paella con pollo
Tortilla de atun con ensalada
Lacteo

Lentejas estofadas
Filetes rusos con ensalada
Fruta

Patatas con costilla
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 82 Prot. 34 Lip. 26 Kcal. 722

Hid. 94 Prot. 39 Lip. 35 Kcal. 855

Hid. 73 Prot. 43 Lip. 38 Kcal. 831

Hid. 63 Prot. 27 Lip. 24 Kcal. 590

LUNES 14

MARTES 15

MIÉRCOLES 16

JUEVES 17

VIERNES 18

Arroz a la cubana
Huevos con salchichas
Lacteo

Sopa de cocido
Lomo con patatas
Fruta

Pure de legumbres
Pescado con ensalada
Fruta

Judias verdes rehogadas
Filete de pollo con patatas
Lacteo

Macarrones con tomate
Albondigas con verduritas
Fruta

Hid. 94 Prot. 33 Lip. 40 Kcal. 871

Hid. 82 Prot. 33 Lip. 38 Kcal. 819

Hid. 62 Prot. 35 Lip. 13 Kcal. 541

Hid. 67 Prot. 43 Lip. 30 Kcal. 724

Hid. 94 Prot. 22 Lip. 23 Kcal. 696

LUNES 21

MARTES 22

MIÉRCOLES 23

JUEVES 24

VIERNES 25

Crema de calabaza
Filetes rusos con patatas
Fruta

Garbanzos guisados
Pescado con ensalada
Fruta

Macarrones con picadillo
Pollo asado con ensalada
Fruta

Paella mixta
Tortilla con ensalada
Lacteo

Menestra de verduras
Merluza con ensalada
Fruta

Hid. 59 Prot. 31 Lip. 40 Kcal. 728

Hid. 60 Prot. 34 Lip. 22 Kcal. 605

Hid. 88 Prot. 33 Lip. 22 Kcal. 700

Hid. 94 Prot. 31 Lip. 31 Kcal. 792

Hid. 78 Prot. 37 Lip. 25 Kcal. 717

LUNES 28

MARTES 29

MIÉRCOLES 30

JUEVES 31

Sopa de cocido
Filete de lomo con patatas
Fruta

Lentejas estofadas
Pescado con ensalada
Fruta

Macarrones bolognesa
Solomillo con calabacin
Lacteo

Pure de verduras
Pechuga con patatas
Fruta

*Corresponde al sodio que forma parte de los alimentos de forma natural

Azúcar: 20,6 g
AGS: 7,7 g
Sal* (g): 1,7 g

Hid. 82 Prot. 33 Lip. 38 Kcal. 819

Hid. 59 Prot. 35 Lip. 15 Kcal. 542

Hid. 87 Prot. 47 Lip. 26 Kcal. 777

Hid. 86 Prot. 46 Lip. 22 Kcal. 727

